

'상한 음식' 구별법, 냄새와 곰팡이가 포인트

승인/2020.05.29 09:25:22

음식의 '유통기한', '판매기한', '소비기한'에 기재된 날짜는 어떤 것이 상했는지 여부를 확인하기에 완벽한 방법은 아닙니다. 일반적으로 식품안전날짜(유통기한)는 소비자보다는 소매점을 대상으로 하고 있으며, 식료품 상점에 제품을 판매할 때, 판매대에서 빼내야 할 날짜를 알려주는 역할을 합니다. 따라서 우리는 시력과 후각을 적극 활용할 필요가 있습니다. 음식전문매체 더 데일리 밑에서는 '음식이 상했는지 쉽게 확인할 수 있는 방법'을 소개하고 있습니다.

냄새로 알 수 있는 것

버터 &우유



▲ 버터

버터는 상온에서 보관하는 것이 가장 좋지만, “상하지 않을까?”라는 걱정이 있을 것이다. 물론 상온 버터는 상하지만 일반적인 제품은 약 2주 정도까지 유지되며, 만약 상했을 때도 손쉽게 알 수 있다. 만약 버터가 상하면 시큼하고 퀴퀴한 냄새가 나기 때문이다. 또한, 1.5L 정도의 우유 역시 평소에 유통기한을 자주 넘기는 대표적인 재료다. 상한 우유 역시 냄새, 변색, 질감이 변하기 때문에 쉽게 알 수 있다.

달걀

달걀의 상태가 안 좋다면 물에 떠다니고, 좋다면 바닥에 가라앉는다. 이는 미국농림축산식품안전부에 따르면 어느 정도 맞는 말인데, 만약 확실하게 알고 싶다면 그냥 달걀을 깨서 냄새를 확인하는 것이 좋다. 날 달걀이든 삶거나 구운 달걀이든 껍데기를 열면 냄새가 난다.



▲ 달걀

조리하지 않은 붉은살 육류

스테이크용 고기를 산 뒤, 냉장고에 보관하고 있을 때 가끔가다 변색이 된 경우를 볼 수 있는데 변색 자체는 상하지 않고도 충분히 발생할 수 있는 현상이다. 더 신경 써야 할 것은 냄새인데, 상했을 시 특유의 역겨운 냄새를 맡을 수 있으며, 살을 만지면 끈적끈적하다.

날생선

조리하지 않은 생선은 하루 이틀 정도 냉장고에서 보관할 수 있으며, 냉동고에서 보관하는 냉동생선은 일반적으로 4개월에서 6개월 정도 버틸 수 있다. 부패의 징후는 물고기 껍질 위에 끈적거리는 액이 생기며, 이는 악취와 변색을 발생시킨다. 또한, 연어 같은 경우는 상할 때가 되면 색이 어둡거나 하얀 반점을 볼 수 있다.

닭고기

조리된 닭고기는 나흘이 지났다면 무조건 버리는 것이 좋다. 박테리아가 발생하기 때문이다. 만약 닭고기를 언제부터 보관한 지 기억이 안 날 경우 시큼한 냄새와 피부에 있는 끈적한 액으로 감별할 수 있다.

델리미트

칠면조, 햄, 살라미 같은 얇게 썬 델리미트는 최고의 샌드위치 재료지만, 냉장고 수명은 그렇게 길진 않다. 일반적으로 개봉한 지 3일에서 5일 이내에 먹는 것이 좋으며 악취가 난다면 바로 버리는 것이 좋다.



▲ 붉은살 육류



▲ 델리미트

곰팡이 & 세균으로 알 수 있는 것



▲ 연어

빵

일반적으로 식품점에서 사오는 빵은 약 3~5일 동안 먹을 수 있으나, 그 이후의 상했다는 것을 확인하려면 ‘곰팡이’를 찾는 게 좋다. 빵과 같은 다공성(多孔質) 식품은 표면 아래에 곰팡이가 발생하기 때문에 곰팡이가 생긴 부분만 제거하고 먹으려는 행위는 삼가는 것이 좋다.

치즈

파르메산이나 페코리노 로마노 같은 하드 치즈는 일반적으로 모짜렐라 같은 부드러운 치즈보다 훨씬 오래 보관할 수 있으나, 치즈 특유의 강한 냄새가 있기 때문에 냄새 대신 곰팡이를 찾는 것이 좋다. USDA에 따르면 하드치즈 표면에 곰팡이가 발생할 경우 곰팡이 주변 1인치를 잘라내고 나머지는 깨끗한 랩으로 포장하는 것이 좋다. 크림치즈, 모짜렐라 치즈 같은 경우에는 곰팡이가 생겼다 싶으면 그냥 전량을 버려야 한다.

홈메이드 피자

피자를 실온에서 두 시간 이상 보관하는 것은 좋지 않으며 이는 대부분의 조리된 음식들도 마찬가지다. 그 시점 이후 음식은 박테리아 증식 위험에 처하기 때문이다. 냉장고에 들어간 남은 피자는 일반적으로 4일 정도 보관할 수 있다.

테이크아웃(포장) 음식 역시 피자처럼 상온에 2시간 이상 방치하지 않는 것이 좋다. 그 후, 냉장고에서는 보통 3일 정도 보관할 수 있으며, 다시 먹기 전 곰팡이, 냄새, 얇은 막이 발생했는지 확인해야 한다.



▲ 닭고기



▲ 피자



▲ 빵

신선한 과일

과일은 종류에 따라 며칠 동안 놔두어도 되는지 각기 다르다. 예를 들어 너무 익어버린 바나나는 '바나나 빵'과 같은 재료로 사용해 대체 사용할 수 있으나, 사과, 배, 오렌지와 같은 핵과는 갈변 및 곰팡이가 발생하기 때문에 바로 버려야 한다.

밥(쌀)

조리되지 않은 쌀은 개봉 후 1~2년 정도 보관할 수 있으며, 조리된 쌀도 꽤나 수명이 길다. 남은 밥은 냉장 보관 후 4일에서 6일 동안 섭취할 수 있지만, 만약 밥이 약간 딱딱하거나 건조하다면 먹지 않는 것이 좋다.

소믈리에타임즈 유성호 기자 ujlle0201@sommeliertimes.com

<저작권자 © 소믈리에타임즈, 무단 전재 및 재배포 금지>



▲ 치즈



▲ 과일



▲ 쌀